"Comment réaliser vos rêves" – Lise Bourbeau

Un problème de poids a amené Lise Bourbeau à comprendre les mécanismes inconscients qui la guidaient. Petit à petit, prenant conscience de ces automatismes, elle a réussi à maîtriser sa destinée et à réaliser ses rêves.

PAR MICHÈLE LEMIEUX / PHOTO: GUY BEAUPRÉ

Véritable chef de file du mouvement Nouvel Âge au Québec, Lise Bourbeau est une conférencière reconnue en Amérique et en Europe. Auteure de 11 livres, elle a vendu 700 000 exemplaires de ses ouvrages traduits en allemand, en anglais et en espagnol. Elle a gentiment accepté de dévoiler aux lecteurs de *Dernière Heure* les secrets de sa réussite.

SPÉCIALISTE DU NOUVEL ÂGE

Madame Bourbeau, selon vous, avons-nous tous les mêmes chances de réussite?

Oui, mais les gens ne sont pas tous aussi courageux et persévérants les uns que les autres. À mon avis, le domaine de la vente constitue une excellente école à ce chapitre. C'est d'ailleurs dans ce métier que j'ai commencé à exercer la pensée positive. J'ai d'abord travaillé pour la compagnie Tupperware et, par la suite, lorsque cet emploi n'a plus présenté de défis à mes yeux, j'ai occupé le poste de gérante régionale au sein de deux sociétés internationales.

Avant de vous intéresser à la croissance personnelle, vous avez été une véritable championne de la vente chez Tupperware. Comment y êtes-vous parvenue?

Je crois que cela reposait sur un travail d'équipe. J'ai toujours eu envie de me dépasser. J'étais heureuse de voir que mon équipe s'agrandissait et que nous battions de plus en plus de records. Puis, un jour, je me suis classée parmi les 10 meilleures gérantes du Canada, selon une évaluation hebdomadaire. Je n'avais même pas réalisé que j'avais livré un excellent rendement; j'avais le sentiment d'avoir tout simplement accompli mon travail. J'ai ensuite figuré de façon permanente à ce palmarès.

Selon vous, quelle est la clé du succès?

Je crois que le succès repose sur la détermination. J'ai toujours eu le goût du dépassement et, par mon attitude, je transmets mon dynamisme à ceux qui travaillent avec moi. La simplicité constitue un autre facteur important. Je tente le plus possible de simplifier les choses. J'applique d'ailleurs cette philosophie dans mon travail actuel: je parle de Dieu, des croyances et des raisons pour lesquelles nous sommes sur la Terre, mais en abordant ces sujets de façon simple et concrète.

Et les notions que vous enseignez sont-elles accessibles à tout le monde?

Oui. Je pense avoir une bonne capacité de synthèse et j'arrive à transmettre facilement mes connaissances en simplifiant les choses. J'ai mis au point plusieurs méthodes uniques, dont une qui consiste à dépister les malaises et les maladies. Je me suis toujours intéressée à la psychologie. Quand j'étais dans le domaine de la vente, j'essayais toujours de bien comprendre les membres de mon équipe. Puis, un jour, j'ai eu envie d'aller plus loin: j'ai entrepris un cheminement spirituel.

Y a-t-il un événement particulier qui a entraîné une telle démarche?

Oui, un problème de poids. J'ai commencé à faire une liste des aliments que je consommais et j'ai découvert plein de choses à mon sujet. J'ai constaté à quel point j'étais rigide, tout en m'apercevant que je ne savais pas aimer. J'étais comme une automate: je mangeais toujours à la même heure, sans même me demander si j'avais vraiment faim. Et j'ai réalisé que je faisais la même chose dans ma vie: je n'étais pas à l'écoute de mes besoins sur les plans émotif, mental et spirituel. Peu de temps après avoir corrigé la situation, mes malaises physiques ont disparu. C'est à cette époque-là, soit en 1980, que j'ai fait le lien entre le corps et l'esprit. Cette prise de conscience a marqué un tournant dans ma vie.

Comment expliquez-vous le fait que vous réussissez à réaliser vos rêves alors que d'autres n'y parviennent pas?

Lorsque ça ne fonctionne pas, c'est que la peur est plus forte que le désir. Nous possédons tous les mêmes pouvoirs; il suffit de savoir les exploiter. Dans mes cours, j'enseigne diverses techniques, que j'ai moi-même élaborées et qui servent à identifier les croyances nuisibles chez chacun. DH

Il est possible de joindre Mme Bourbeau ou de lui écrire à: Écoute ton corps, 36, rue de la Gare, bureau 101, Saint-Sauveur-des-Monts (Québec) J0R 1R0. Tél.: (514) 227-4411 ou 1 800 361-3834.